# Kaidah-Kaidah Tibbun Nabawi *

Syaikh Muhammad bin Musa Alu Nashr

21 Mei 2004

Allah menclptakan makhlukNya agar beribadah serta tunduk kepadaNya. Allah menciptakannya terdiri dari ruh dan jasad. Allah menurunkan untuk mereka hukum-hukum syar'i, dan beban-beban ibadah yang bisa memelihara badan dan ruh mereka.

Allah juga telah mengeluarkan untuk mereka makanan-makanan yang baik, agar kesehatan badan mereka telap terjaga. Allah berfirman, yang artinya:

> Hai orang-orang yang beriman, rnakanlah diantara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar hanya kepada Allah kamu menyembah. **(QS Al Baqarah:172)**

Maka makanan yang baik itu adalah makanan yang bermanfaat. Sedangkan sesuatu yang kotor dan najis adalah racun yang membunuh. Oleh karena itu, Allah menghalalkan untuk manusia makanan yang baik dan mengharamkan khaba-its (segala yang buruk). Allah berfirman, yang artinya:

> Dan Allah menghalalkan bagi mereka segala yang bulk dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk. **(QS AI A'raf:157).**

Dan ini termasuk diantara tujuan yang terbesar diutusnya Rasulullah.

Nabi kita Muhammad, adalah orang yang paling menginginkan kebaikan dan Rasul yang paling sayang kepada makhluk Allah -khususnya kepada umatnya sebagaimana Allah jelaskan tentang beliau, (dalam firmanNya) yang artinya:

*Disalin dari majalah **As-Sunnah 12/VII/1424H/2004M** hal 62 - 64.

> Sungguh telah datang kepada kalian seorang Rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kasihan lagi penyayang terhadap orang-orang mukmin. **(QS At Taubah:128).**

Beliau tidak meninggalkan satu kebaikanpun, kecuali telah beliau tunjukkan kepada umatnya. Dan tldak membiarkan satu kejelekanpun, kecuali telah beliau peringatkan dan beliau larang.

Termasuk dalam masalah ini, yaitu anjuran beliau kepada umat ini dengan sesuatu yang bisa menjaga kesehatan mereka dan mencegah hal-hal yang bisa menimbulkan penyakit pada badan dan ruh. (Juga) larangan beliau dari setiap yang membahayakan dan menghindari mudarat sebelum terjadi. lnilah yang dinamakan dengan tibbun nabawi al wiqa'i [1], yang banyak terdapat dalam Sunnah dan bahkan dlanjurkan oleh Al Qur'an. Dan engkau dapat menyimpulkan, bahwa kaidah-kaidah menjaga kesehatan yang dijelaskan oleh Al Qur an dan Al Hadits dapat dibagi menjadi tiga.

1. Menjaga kesehatan.

   Allah mengisyaratkan dalam flrmanNya, yang artinya:

   > Maka jika diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan (lalu la berbuka), maka (wajiblah baginya berpuasa) sebanyak hari yang ditinggalkan itu pada hari-hari yang lain. **(QS Al Baqarah:184).**

   Imam lbnu Qayyim mengatakan, "Dalam ayat ini, Allah rnembolehkan berbuka bagi orang yang sakit, karena alasan sakitnya. Dan bagi orang yang bersafar karena berkumpulnya kesusahan-kesusahan yang akan menyebabkan lemahnya badan, sehingga Allah membolehkan orang yang bersafar untuk berbuka, untuk memelihara kekuatan mereka dari halhal yang bisa melemahkannya."

2. Kedua. Menjaga (diri) dari hal-hal yang membahayakan.

   Kaidah ini telah diisyaratkan Allah dalam firmanNya, yang artinya:

   > Dan jika kamu sakit atau sedang dalam pejalanan (safar) atau kembali dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, maka bertayamumlah kamu dengan tanah yang baik (suci). **(QS An Nisa': 43).**

[1] tindakan Nabi yang bersifat preventif.

Dalam ayat ini Allah membolehkan orang yang sakit untuk menggunakan debu yang suci dan tidak menggunakan air, demi menjaga badan dari hal-hal yang blsa membahayakannya.

Disini juga terdapat peringatan agar menjaga diri dari setiap hal yang blsa membahayakan, baik dari dalam maupun dari luar.

3. Membuang zat-zat yang rusak.

   Sebagaimana yang dlisyaratkan oleh Allah dalam flrmanNya, yang artinya:

   > Jika ada diantara kamu yang sakit atau ada gangguan di kepalariya (lalu ia bercukur), maka wajib atasnya berfidyah, yaitu berpuasa, atau bersedekah atau berkorban. **(QS Al Baqarah:196).**

   Dalam ayat ini Allah membolehkan bagi orang yang sakit atau yang ada gangguan di kepalanya, seperti: kutu, atau rasa gatal, atau yang lainnnya; maka boleh baginya memotong rambutnya walaupun sedang dalam keadaan ihram, untuk menyingklrkan zat-zat yang menyebabkan penyakit di kepalanya.

   Bertolak dari sini juga, banyak hadits-hadits shahih yang penuh berisi wasiat agar berbekam. Bahkan ketika Nabi mi'raj, beliau diperintahkan oleh para malaikat untuk berhijamah (berbekam), sebagaimana sabda beliau,

   > Tidaklah aku melewati satu malaikat dari malaikat-malaikat kecuali mereka mengatakan, "Wahai Muhammad perintahkanlah umatmu untuk berbekam." [2]

   Beliau juga bersabda,

   > Apabila obat itu ada pada sesuatu, maka pada tiga hal: goresan orang yang berbekam, jilatan madu, dan kay (besi yang dipanaskan); dan aku dilarang dari kai." [3]

   Jadi, menahan zat-zat yang rusak di dalam badan menjadi sebab ulama timbulnya penyakit-penyakit ganas. Para dokter dan ulama' menyebutkan -seperti Ibnul

[2] Hadits riwayat Ibnu Majah.

[3] Dalam riwayat Imam Bukhari terdapat hadits tentang kay (matannya tidak dapat diketik ulang -red vbaitullah.or.id).

Qayyim dan yang lainnya- bahwa ada sepuluh hal, yang jika ditahan bisa menimbulkan penyakit ganas. Yaitu: darah apabila tekanannya naik, mani jika telah memuncak (tak tersalurkan) [4], air kencing, berak, kentut, muntah, bersin, mengantuk, lapar, dan haus. Masing-masing dari sepuluh macam ini, apabila ditahan akan mengakibatkan penyakit sesuai dengan kadarnya.

Penyakit yang dijelaskan oleh Al Qur'an ada dua macam.

a) Penyakit hati.

   Penyakit hati dibagi menjadi dua. Yaitu penyakit syubhat dan ragu-ragu, serta penyakit syahwat dan dosa.

   Penyakit syubhat dan ragu-ragu, telah dijelaskan oleh Allah dalam firmanNya, yang artinya:

   > Di dalam hati mereka terdapat penyakit, maka Allah menambah penyakit tersebut. **(QS Al Baqarah: 10)**.

   Dan juga firmanNya, yang artinya:

   > Dan supaya orangorang yang di dalam hatinya ada penyakit dan orang-orang kafir (mengatakan): 'Apakah yang dikehendaki Allah dengan (menjadikan) bilangan ini sebagai perumpamaan?" **(QS Al Muddatstsir: 31).**

   Dan juga firmannya, yang artinya:

   > Apakah (ketidak datangan mereka du karena) dalam hari mereka ada penyakit, atau (karena) mereka ragu-ragu? **(OS An Nur: 50).**

   Dan bentuk penyaktt ini lebih ganas dan lebih berbahaya, yaitu penyakit syahwat dan dosa. Allah telah mengisyaratkan penyakit yang kedua ini dalam firmanNya, yang artinya:

   > Hai isteri-isteri Nabi, kamu sakallan tidaklah seperti wanita yang lain, pka kamu bertagwa. Maka janganlah kamu tunduk dalam berbicara sehingga berkeinginanlah orang yang ada penyakit dalam hatinya. **(OS Al Ahzab:32).**

   Maksud penyakit disini adalah penyakit syahwat zina.

[4]Maksudnya yang sudah berkemampuan hendaklah menikah (Pent.)

b) Penyakit badan.

Sedangkan mengenai penyakit badan, Allah menyebutkan dalam kltabNya dengan firmanNya, yang artinya:

> Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak pula bagi orang yang pincang, tidak pula bagi orang yang sakit. **(QS An Nur: 61).**

Penyakit badan ini, ada dua. Pertama, yang bersifat fitrah, seperti rasa lapar haus dan lelah. Kedua, yang membutuhkan pikiran, penelitian, pengalaman dan percobaan.

Demikian itulah pengobatan untuk umat manusia seluruhnya. Nabi telah datang dengan membawa pengobatan terhadap (penyakit) ruh ataupun badan. Beliau memerintahkan umatnya dengan hal-hal yang bisa menjaga kesehatan badannya dan kekuatannya. Karena keselamatan agamanya terdapat pada kesehatan badannya. Inilah makna sabda Rasulullah,

> Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah dibandingkan dengan mukmin yang lemah, dan masing-masing keduanya terdapat kebaikan. [5]

Dan juga sabdanya,

> Berobatlah, wahai hamba Allah. Karena sesungguhnya AIlah tidak menurunkan satu penyakit, kecuali Allah turunkan (juga) obatnya, kecuali penyakit tua.

Jadi, sehat merupakan nikmat yang besar dari Allah yang wajib dljaga. Karena, kesehatan itu akan membantu seseorang melaksanakan ketaatannya kepada Allah. Disebutkan di dalam hadits yang shahih,

> Ada dua nikmat, banyak orang tertipu pada keduanya. yaitu (nikmat) sehat dan luang waktu. [6]
>
> Kesehatan adalah nikmat pertama yang akan diminta pertanggungjawaban tentangnya. Dikatakan kepada seorang hamba,
>
> Bukankah aku sehatkan badanmu, dan aku beri kamu minum dengan air yang dingin? [7]

---

[5] HR. Muslim.

[6] HR. Bukhari.

[7] Dalam riwayat Tirmidzi kami temukan (matannya tidak dapat kami tulis dengan huruf Arab - red. vbaitullah.or.id).

Maka barangsiapa yang mendapatkan kesehatan, sesungguhnya ia telah mendapatkan kebaikan yang besar dan bagian yang banyak. Rasulullah bersabda,

> Barangsiapa yang mendapatkan rasa aman pada dirinya pada waktu pagi hari, sehat badannya, (berarti) ia memiliki makanan pada hari itu, seolah-olah dunia dikumpulkan untuknya.

Oleh karena itu, kesehatan merupakan kerajaan yang tersembunyi, mahkota bagi orang-orang yang sehat; yang tidak dapat dilihat, kecuali oleh orang yang sakit.

Semoga dengan kemurahan dan kedermawananNya, Allah melindungi kita dan semua kaum muslimin dari segala penyakit. Alhamdulillah atas segala Nikmatnya, baik yang nampak maupun yang tidak nampak.